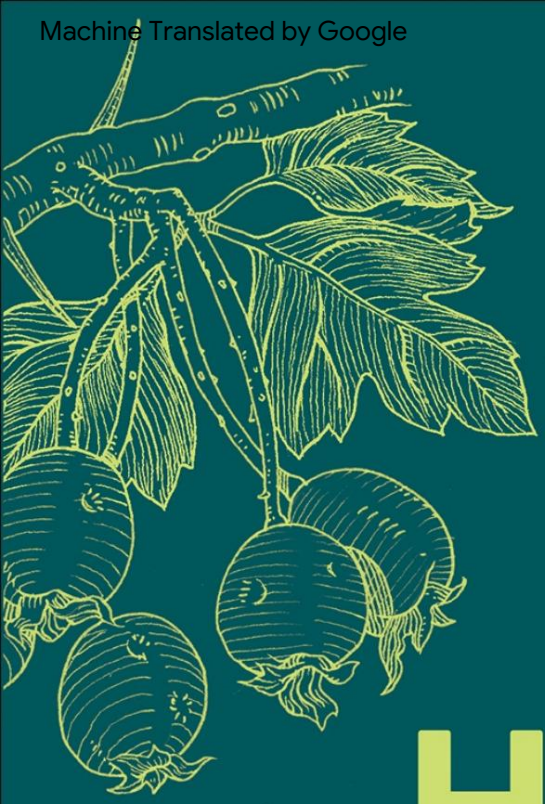
Machine Translated by Google



Unique split-page format lets you find remedies quickly!

HERBAL REMEDIES MADE SIMPLE

A Beginner's Guide to Using Plants, Herbs, and Flowers for Health and Well-Being

STACEY DUGLISS-WESSELMAN
AND SUSAN GREGG

Machine Translated by Google

BİTKİSEL ÇÖZÜMLER

BASİT YAPILMIŞ

Bitkileri, Otları ve Çiçekleri Sağlık ve Refah İçin Kullanmaya Başlayanlar İçin Bir Kılavuz

STACEY DUGLISS-WSSELMAN VE SUSAN GREGG

Machine Translated by Google

İçindekiler

giriiş

CİLT BAKIMI

Normal, Olgun veya Hassas Ciltler İçin Lavanta Temizleyici

Yağlı Ciltler İçin Paçuli Temizleyici

Kuru veya Olgun Ciltler İçin Papatya Temizleyici

Olgun veya Kuru Ciltler İçin Gül Tozlu Temizleyici

Papatya Toz Temizleyici

Yağlı Ciltler İçin Rezene Toz Temizleyici

Papatya Yüz Eksfoliantı

Tüm Cilt Tipleri İçin Badem Ovması

Yağlı veya Karma Ciltler İçin Portakal Eksfoliyatörü

Gül Suyu Toneri

Cadı Hazel Toner

Akne Toneri

Akne Cilt Bakım Yağı veya Temizleyici

İyileştirici Yüz Toniği

Hassas Cilt Toneri

Temel Losyon Baz

Hafif Nemlendirici Yağ veya Temizleyici

Salatalık Göz Jeli

Dudak Dolgunlaştırıcı Nem Parlatıcı

Vanilyalı Dudak Balsamı

Papatya Güneş Rdyef İnfüzyonu

Lavanta Aloe Spreyi

Güneş Giderici Süt

VÜCUT BAKIMI

Uyku Kolaylığı Çayı

Stres Çayı

baş ağrısı çayı

Soğuk Kolay Çay

Boğaz Ağrısı ve Öksürük Balı

Soğuk algınlığı ve Grip Balı

Soğuk Mevsim Tentür

Sinir Tonik Tentür

Machine Translated by Google

Kesikler ve Sıyrıklar için Calendula ve Amaranth Salve

Karakafes Eklemi ve Çürük Salve

güzellik merhemi

Eklem ve Kas Islatma

Rahatlatıcı Banyo Çantası

Soğuk ve Grip Banyo Yağı

Cilt Yumuşatıcı Süt Banyosu

Ayak banyosu

hindistan cevizi balsamı

Selülit Vücut Peelingi

Esmer Şeker Ayak Ovucu

Pomza Ayak Ovması

masaj lapa

Çiftler için Masaj Yağı

Ağrılı Kas Masaj Yağı

Vücut Tozu

SAÇ BAKIMI

Canlandıran şampuan

Şampuan Durulama

Hızlı Canlandırıcı Saç Durulama

Kuru şampuan

Saçta Bırakılan Yağ ve Kıvırcık Tamer

Bakım Arıtma Yağı

KALP VE ZİHİN İÇİN BİTKİLER

RUH İÇİN BİTKİLER

AŞK İÇİN BİTKİLER

GÜÇ İÇİN BİTKİLER

KÖKLER İÇİN BİTKİLER

KANATLAR İÇİN BİTKİLER

Machine Translated by Google

Giriş : Hayatınızda Küçük Bir Sihir

Bitkilerin büyülü olduğunu kalbinde biliyorsun. Çocukken bir tohum ektiğini ve onun büyüyüp çiçek açmasını izlediğini hatırlıyor musun? Yaşam için somut bir metafordu ama daha da derin bir şeye işaret ediyordu. Doğru bitkiler, hayallerinizi ve arzularınızı gerçekleştirmenize yardımcı olabilir. Ruhu ve bilgeliği olan canlı varlıklardır; Kalbinizi ve zihninizi açarsanız, size güçlü, sevgi dolu hediyeler sunabilirler.

Bu kitaptaki tariflerden birini yaratma eylemi, ruhsal bir uygulama olabilir.
kendisi. Süreci ritüellerinizden birine dahil etmeyi düşünün veya karışımınıza eklerken belirli bir bitkinin mesajı ve gücü üzerinde meditasyon yapın. Büyülü bitkilerle çalışırken anı yaşamak için elinizden gelenin en iyisini yapın ve malzemeleri saygı ve niyetle birleştirin.

Yaptığınız ürünleri, hayatınızın çoğu zaman gözden kaçan, çok sık koşuşturan anlarına biraz ekstra sihir getirmek için de kullanabilirsiniz. Rutinlerinizi kendi ritüellerine dönüştürün. Örneğin, günlük yüz yıkamanız Lavanta Temizleyici ise (burada gösterilmektedir), lavanta size huzur, neşe ve bir bağlantı duygusu aşılayacaktır (burada gösterilmektedir). Uygularken onlara odaklanın ve düzenli temizliğinizi gerçek, dikkatli temizliğe dönüştürün.

Bu kitabı kullanmak için, denemek istediğiniz ilginç bir tarif bulmak için üst sayfaları çevirin. Ardından, içerdiği bitkilerin büyülü özelliklerini keşfetmek için alt sayfaları (bir daire içinde bir sayı ile gösterilir) çevirin.
Ve hayatınızda ihtiyaç duyduğunuz teknikleri ve bitkileri tanıdıkça, tarifleri kendi tercihlerinize göre oluşturup uyarlamaktan çekinmeyin.

Seçtiğiniz tüm malzemelerin evde yetiştirilmiş olup olmadığına dikkat edin.
veya en sevdiğiniz sağlık gıda mağazasından veya yeni yaş eczanesinden satın alınan ürünler gıda sınıfıdır ve/veya topikal olarak kullanımları güvenlidir. Etiketleri okuyun ve soru sormaktan çekinmeyin. Ve sonra, mutlu yaratma!

DOZAJ YÖNERGELERİ

Hem bu kitaptaki tarifler hem de sizin hazırladığınız tarifler için bazı temel dozaj yönergeleri. Lütfen bunların yalnızca yönergeler olduğunu ve kullanılan tarife ve bitki materyaline göre değişebileceğini unutmayın.

TARİF TÜRÜ	ÖNERİLEN İNCELTME (bu, kullanılan tarife ve yağa göre değişebilir)

Machine Translated by Google

Masaj yağı	1 ons (30 ml) taşıyıcı yağ başına 10 ila 30 damla
Kompres	1/4 bardak (60 ml) suya 3 ila 5 damla
banyo yapmak	Banyo suyuna 5 ila 10 damla
Oda difüzörü (aromaterapi)	Küçük kase su başına 3 ila 5 damla
Yüz yağı (losyon)/Vücut yağı (losyon)	1 ons (30 ml) taşıyıcı yağ başına 5 ila 10 damla / 10 ila 20 damla

ÇÖZÜM TİPİ	STANDART YETİŞKİN DOZAJLARI
İnfüzyonlar ve çaylar	1 bardak (235 ml) günde 3 kez
kaynatma	1 bardak (235 ml) günde 3 kez
tentürler	1/2 çay kaşığı günde 3 defa
kümes hayvanları	Günde 2 veya 3 kez, bir seferde 2 saat (2 günden fazla olmamak üzere)

KAÇINILMASI GEREKENLER

Tariflerde doğal bitkiler kullanırken, her bitkiyi önceden araştırmak önemlidir.
kullanmak. Yanlış kullanıldığında veya uygun koşullarda kullanıldığında tehlikeli olabilecek bazı otlar vardır.
tüm. Aşağıdakiler KAÇINILMASI gereken uçucu yağların bir listesidir.

Acı badem Sassafras

Hint kamışı

Savin

yaban turpu

Tansy

Jaborandi yaprağı Mazı

pelin

solucan tohumu

Pennyroyal

Pelin

Sokak

Sarı kafur

Machine Translated by Google

CİLT BAKIMI

NORMAL, OLGU VEYA İÇİN LAVANTA TEMİZLEYİCİ HASSAS CİLT

Tyatış tırmak ve sıkılaş tırmak için lavanta ve papatya içeren nazik bir temizleyicidir. sakinlik. Aloe, gliserin, bal ve jojoba, nemlendirici görevi görerek nemi hapseder ve aynı zamanda tahriş olmuş veya hassas cildi sakinleş tirir.

İÇİNDEKİLER

1 ons (28 g) taze lavanta 1 ons (2[redacted], veya 1/2 ons (14 g) kurutulmuş lavanta 22
taze papatya 1 litre (1 L) su 1/3 su [redacted], veya 1/2 ons (14 g) kurutulmuş papatya
bardağı (40 g) aloe vera toz 1 su
bardağı (235 mi) bitkisel gliserin 1/4 su bardağı (80 gr) bal 15 damla jojoba yağı
10 damla kuş burnu yağı

[redacted]

TALİMATLAR

Bitkisel infüzyonu yapmak için, otların üzerine kaynar su dökün ve 15 ila 25 dakika demlenmesine izin verin. Bitkilerin iyiliğini kaybetmediğinizden emin olmak için demleme sırasında onları örtmelisiniz.

Bir süzgeç ve tülbent ile süzün.

İnfüzyonu kalan malzemelerle steril bir karıştırma kabında birleştirin ve bir el mikseri ile iyice karıştırın. Her şey tamamen karıştırıldıktan sonra steril bir amber şişeye dökün. Serin bir yerde, tercihen buzdolabında saklayın.
1 hafta sonra, atın ve taze başlayın.

Kullanmak için istediğiniz miktarı bir yüz süngeri veya el bezine koyun ve dairesel hareketlerle hafifçe silin, ardından ılık suyla durulayın ve hafifçe kurulayın. Toner ve nemlendirici ile devam edin.

Verim: 1 litre (1 L), 1 haftalık temizleyici için yeterli (kullanılan miktara bağlı olarak)

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Kalp ve Zihin için Otlar

ALOE VERA

Kalbinizde genç kalmanıza yardımcı olur

Aloe Vera

Kazaları önleyin

Kaybın acısını hafiflet

Seni koru İyi şanslar getir

Aloe vera evinizde size şans getirecek ve kazaları önleyecektir. Ön kapınıza bir yaprak asarak olumsuzluklara karşı korunun. Size sabırlı olmanızı ve çiçek açmanız ve büyümeniz gerektiğini hatırlatacaktır. Ay Tanrıçasının bilgeliğini, sevgisini ve korumasını çağırmak için tütsü olarak yakın.

Machine Translated by Google

çemen tohumu

Ruh halinizi aydınlatır

çemen otu

Evinizi arındırın

Bolluk getirin

Hayallerinizi hayata geçirin

Çemen otu tohumları para çeker, bu nedenle yerlerinizi paspaslarken bunları temizleme solüsyonunuza ekleyin. Her zaman yeterli paranız olduğ undan emin olmak iç in mutfağ ınızdaki açık bir kavanoza her gün birkaç tohum ekleyin. Kavanoz dolduğ unda, onları arka bahçenize boş altın ve baş tan baş layın. Bunları yatağ ınızın altına yerleş tirmek kabusları durduracaktır.

Machine Translated by Google

YAĞLI CİLT TEMİZLEYİCİ

Tyağlı veya akneye meyilli ciltler için harika bir temizleyicidir; tüm otlar işe yarıyor yağ üretimini kontrol edin, yağları çıkarın ve bakterilere karşı savaşın. Ek aktif bileşenler cildin iyileşme sürecine yardımcı olur ve gözenekleri tıkamadan veya cildi yağlı bırakmadan nemlendirir.

İÇİNDEKİLER

1/2 ons (14 g) kurutulmuş paçuli toz[illegible]1 ons (28 g) çay ağacı yaprağı 28 g zerdeçal 1 ons (28 g) kurutulmuş neem yaprağı [illegible]ns (28 g) kurutulmuş rezene tohum 1/ 2 ons (14 g) kurutulmuş meyan kökü (veya [illegible]mek kaşığı [30 ml] meyan kökü özütü) 2 litre (2 L) kaynama noktasına kadar ısıtılmış su 1/3 su bardağı (4[illegible]) aloe vera tozu 1 su bardağı (235 mi) bitkisel gliserin 1/4 su bardağı (80 g) bal 15 damla aşağıdakilerden birinden (veya karışımından)): baobab yağı, argan yağı, kamelya yağı, üzüm çekirdeği yağı, jojoba yağı 5 damla çuha çiçeği yağı

TALİMATLAR

Bitkisel infüzyonu yapmak için, otların üzerine kaynar su dökün ve 15 ila 25 dakika demlenmesine izin verin. Bitkilerin iyiliğini kaybetmediğinizden emin olmak için demleme sırasında onları örtmelisiniz.

Bir süzgeç ve tülbent ile süzün.

İnfüzyonu kalan malzemelerle steril bir karıştırma kabında birleştirin ve bir el mikseri ile iyice karıştırın. Her şey tamamen karıştırıldıktan sonra steril bir amber şişeye dökün. Serin bir yerde, tercihen buzdolabında saklayın.
1 hafta sonra, atın ve taze başlayın.

Kullanmak için istediğiniz miktarı bir yüz süngeri veya el bezine koyun ve dairesel hareketlerle hafifçe silin, ardından ılık suyla durulayın ve hafifçe kurulayın. Toner ve nemlendirici ile devam edin.

Verim: 2 litre (2 L), 1 haftalık temizleyici için yeterli (kullanılan miktara bağlı olarak)

Machine Translated by Google

SARDUNYA

Hayatın güzelliğ ini görmenizi teş vik eder

GERANYUM OLACAK

Davet koruması

Çocuk sahibi olmanıza yardımcı

olun Sevgiyi teş vik edin

Bolluğ u çekin

Evinizin etrafına sardunyalar dikmek onu negatif enerjilerden ve istenmeyen ziyaretçilerden koruyacaktır. Kırmızı, sevgiyi ve bolluğ u davet edecek, pembe ise dostluk ve sevgiyi çekecek. Beyaz ruhsal titreş imleri yükseltecektir. Stresi azaltmak için yaprak ve çiçekleri file bir torbaya koyup musluğ un altına asarak sardunya ile banyo yapın.

Machine Translated by Google

KURU VEYA OLGUN CİLTLER İÇİN PAPATYA TEMİZLEYİCİ

Tyatış tırıcı, nem arttırıcı bitki karış ımı, doğ al
Aloe, gliserin ve balın nemlendirici ve cildi yatış tırıcı etkileri.

İÇİNDEKİLER

28 gr kuru papatya 28 gr kuru yonca
28 gr kuru aynısafa 1/2 gr (14 g)
kurutulmuş rezene tohum 11/2 litre
(1,5 L) su, ısıtılmış 1/3 su bardağı (80 g) kaynatın
aloe vera su bardağı (235 ml) bitkisel gliserin
1/4 su bardağı (80 gr)
bal 15 damla jojoba yağı
15 damla kayısı çekirdeği yağı

TALİMATLAR

Bitkisel infüzyonu yapmak için, otların üzerine kaynar su dökün ve 15 ila 25 dakika demlenmesine izin verin. Bitkilerin iyiliğini kaybetmediğinizden emin olmak için demleme sırasında onları örtmelisiniz.

Bir süzgeç ve tülbent ile süzün.

İnfüzyonu kalan malzemelerle steril bir karış tırma kabında birleş tirin ve bir el mikseri ile iyice karış tırın. Her şey tamamen karış tırıldıktan sonra steril bir amber şişeye dökün. Serin bir yerde, tercihen buzdolabında saklayın.
1 hafta sonra, atın ve taze baş layın.

Kullanmak için istediğiniz miktarı bir yüz süngeri veya el bezine koyun ve dairesel hareketlerle hafifçe silin, ardından ılık suyla durulayın ve hafifçe kurulayın. Toner ve nemlendirici ile devam edin.

Verim: 11/2 litre (1,5 L), 1 haftalık temizleyici için yeterli (kullanılan miktara bağlı olarak)

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

SELVI

Size rahatlık ve neş e getirir

SELVI OLACAK

Uzun ömürlülüğ ü teş vik edin Konfor sağ layın

Zihni ve bedeni iyileş tirmeye yardımcı olun Koruma sağ layın

Selvi, kaybın acısının üstesinden gelmenize yardımcı olacaktır. Kederden kurtulmaya yardımcı olmak için cenazeye bir delikanlı takın. Korunmak için evinizin yanına bir ağ aç dikin. Ş ifa için bir selvi değ nek yapmak için, bir dalın tabanına yakın bir çentik yapın. Çentiğ i derinleş tirmeden önce her kesimin iyileş mesine izin vererek üç ila dört ay boyunca kesin.

Machine Translated by Google

FEVERFEW

Yaptığ ınız her ş eye tutku getirir

FEVERFW OLACAK

Sizi kazalardan koruyun

Huzurlu bir ortam yaratın

Sağ lığ ınızı koruyun

Feverfew, yaz gündönümünde en güçlüsüdür, bu yüzden yapraklarını o zaman toplayın. Vücudunuzda birkaç dal taş ımak kazalardan kaçınmanıza yardımcı olacak ve üş ümenizi önleyecektir. Kurutulmuş yapraklar tütsü olarak yakıldığ ında, odayı derin bir huzur duygusuyla dolduracaktır. Meditasyon yaparken yakmak için mükemmeldirler.

Machine Translated by Google

OLGU VE KURU İ Çİ N TOZ TOZ TEMİ ZLEYİ Cİ

DERİ

Tnem yenileyici killerin kombinasyonu, cildi sıkılaş tırarak ve yaş lanma belirtileriyle savaş arak kırış ıklıkların görünümünü azaltır.

İ Çİ NDEKİ LER

1/2 su bardağ ı (60 gr) kaolin kili 1/3 su bardağ ı (40 gr) yulaf unu veya pirinç unu 1/3 su bardağ ı ([illegible]) kuş burnu tozu 1/4 su bardağ ı (30 gr) rhassoul kili 1 yemek kaş ığ ı (14 gr) toz lava[illegible] 1 yemek kaş ığ ı (14 g) toz gül yaprak

TALİ MATLAR

Tüm malzemeleri iyice karış ana kadar bir kapta birleş tirin ve ardından temiz, nemsiz bir kaba aktarın.

Kullanmak için avucunuzun içine bir miktar temizleyici dökün ve bir macun oluş turmak için ıslatıcı bir madde (su[illegible]üt, badem sütü veya bal gibi) uygulayın . Göz çevresinden kaçınarak yüzünüze ve boynunuza uygulayın. 2 ila 5 dakika bekletin ve sonra durulayın.

Machine Translated by Google

Verim: 11/2 su bardağ ı (180 g)

Machine Translated by Google

ZERDEÇAL

Kalbinizi ve zihninizi arındırır

zerdeçal

Evinizi koruyun

Kutsal bir alanı arındırın

Manevi bağınızı derinleştirin

Koruma için ön kapınızın yanına bir kök yerleştirin. Sunağınıza yerleştirildiğinde, ruhsal bağlantınızı derinleştirmeye yardımcı olacaktır. Evinizi arındırmak, huzur ve kutsallık duygusu vermek için kuru zerdeçalı tütsü olarak yakın. Öğütüldüğünde ve kaba deniz tuzu ile karıştırıldığında, bir alanı arındırmak ve kutsamak için kök saçılabilir.

Machine Translated by Google

PAPATYA TOZU TEMİ ZLEYİ Cİ

Papatyanın cildi sakinleş tirici özelliklerine sahip nazik temizleyicisi cildi tahriş etmeden temizler. Bu temizleyici tüm cilt tipleri, hatta hassas ciltler için mükemmeldir. Cildi tazeler, nemlendirir ve parlak bırakır.

İ Çİ NDEKİ LER

1/2 su bardağ ı (40 gr) yulaf
ezmesi 1/2 su bardağ ı (60 gr) keç i sütü tozu (eğ er yoksa iki katı yulaf ezmesi) 1/4 su bardağ ı (20 gr)
toz papatya veya lavant 22 (mevcut değ ils yemek kaş ığ ı kuru papatya ekleyin 11/2 su bardağ ı
5 ml) soya sütü veya badem sütü 1 yemek kaş (20 g) bal

TALİ MATLAR

Tüm malzemeleri krema kıvamına gelene kadar blenderdan geç irin. Bu tarif buzdolabında kapalı steril bir kapta bir haftaya kadar saklanabilir. Alternatif olarak, kuru malzemeleri karış tırın ve kullanıma hazır olduğ unda soya sütü ve balı ekleyerek kapalı bir kapta saklayın.

Kullanmak iç in temizleyiciyi hafif dairesel hareketlerle yüzünüze uygulayın. Ilık suyla iyice durulayın.

Verim: 23/4 su bardağ ı (500 g)

Machine Translated by Google

SUSAM

Aklını ve kalbini açar

SUSAM

Para çekin

Gizli hazineyi bulmanıza yardımcı olun

Cinsel isteği artırın

Susam tohumu yemek cinsel isteğinizi artıracaktır. Kendinizin gizli yönlerini bulmanıza ve bolluğu çekmenize yardımcı olması için sunağınıza bazı tohumlar yerleştirin. Define ararken susam tohumlarını mor kadife bir çantada taşımak başarıyı garantileyecektir.

Machine Translated by Google

YAĞLI CİLTLER İÇİN REZENE TOZLU TEMİZLEYİCİ

Deep temizleme ve gözenek arıtma, bu sorunlu ciltler için harika bir temizleyicidir.

İÇİNDEKİLER

1/2 su bardağı (60 gr) kaolin kili
1/4 su bardağı (30 gr) neem tozu
1/4 su bardağı (30 gr) rezene tozu
1/4 su bardağı (30 gr) bentonit kili

TALİMATLAR

Tüm malzemeleri iyice karışana kadar bir kapta birleştirin ve ardından temiz, nemsiz bir kaba aktarın.

Kullanmak için temizleyiciyi hafif dairesel hareketlerle yüzünüze uygulayın. Ilık suyla iyice durulayın.

Verim: 1 1/4 su bardağı (150 g)

Machine Translated by Google

AYÇİÇEĞİ

İçbilgeliğinizden nasıl yararlanacağınızı gösterir

AYÇİÇEK OLACAK

Dileklerin gerçekleşmesini sağlayın

Bütünlüğünüzü derinleştirin

Size iyi şanslar getirin Koruma

sağlayın

Ayçiçekleri bağlılığı temsil eder. Bütünlük duygunuzu geniş letmek için sunağınıza bir çiçek başı yerleştirin. Onlarla yastığınızın altında uyumak, her zaman gerçeği bilmenizi sağlayacaktır. Son olarak, ayçiçeklerinin güneşi takip etmesini izlemek size hayatın büyülü doğasını hatırlatacaktır.

Machine Translated by Google

PAPATYA YÜZ EXFOLIANT

T temizleyicisi tüm cilt tipleri, özellikle hassas ciltler için mükemmeldir ve cildi tazeler, nemlendirir ve parlak bırakır.

İÇİNDEKİLER

1 su bardağı (120 gr) inek veya keçi sütü tozu 1/2
su bardağı (40 gr) yulaf ezmesi 1/4 su bardağı
(35 gr) mısır unu 1/4 su bardağı (30 gr) toz papatya
veya lavanta (eğer yoksa 1 yemek kaşığı ekleyin) kurutulmuş
papatya hafifçe havaneli ile ince öğütülmüş) 1 yemek kaşığı (20 g) bal (ıslatıcı olarak kullanılacak; ihtiyaca göre miktar ayarlanabilir)

TALİMATLAR

Kuru malzemeleri birleştirin ve iyice karıştırın. Bu karışım, çeşitli uygulamalar için kuru bir kapta saklanabilir; ıslatıcı maddeyi yalnızca kullanım sırasında ekleyin.

Kullanmak için temizleyiciyi hafif dairesel hareketlerle yüzünüze uygulayın. ile iyice durulayın ılık su.

Verim: 2 su bardağı (245 g)

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

TÜM CİLT TİPLERİ İÇİN BADEM OVURU

İçinde Badem, antioksidan ve büzücü özellikleriyle çeşitli hastalıkların tedavisine yardımcı olur. cilt rahatsızlıklarından. E vitamini ile dolu ayçiçeği tohumları cilt hücrelerinin yaşlanmasını yavaşlatır ve yara izlerinin görünümünü azaltır.

İÇİNDEKİLER

2 yemek kaşığı (14 gr) ince çekilmiş badem 1 [redacted]
yemek kaşığı (7 gr) öğütülmüş ayçiçeği [redacted]ne 1 yemek kaşığı (5 gr) yulaf ezmesi 1
yemek kaşığı (7 gr) buğday tohumu 1 yemek kaşığı (8 gr) papatya tozu

Tatlı badem ya[redacted]u, bal veya süt (ıslatıcı olarak kullanılır; miktarı gerektiği gibi ayarlayın)

TALİMATLAR

Tüm malzemeleri krema kıvamına gelene kadar blenderdan geçirin. Alternatif olarak, tarifi ikiye katlayabilir, sadece kuru malzemeleri birleştirebilir ve birkaç uygulama için kuru, kapalı kapta saklayabilir, ıslatma maddelerini yalnızca kullanım sırasında ekleyebilirsiniz.

Kullanmak için hafif dairesel hareketlerle yüzünüze uygulayın. Ilık suyla iyice durulayın.

Verim: 3 ons (42 g)

Machine Translated by Google

ADAÇAYI

Doğ uş tan gelen bilgeliğ inize eriş menize yardımcı olur

SAGE OLACAK

Kehanet konusunda
yardım Bolluğ u artırın

Uzun ömürlülüğ ü
davet edin Evinizi ve ailenizi koruyun

Sihirli amaçlar için, yapraklar en iyi çiçekler ortaya çıkmadan önce hasat edilir.
Kiş inizde adaçayı taş ımak, bilgeliğ i teş vik edecek ve sizi sezginize bağ layacaktır. Evinizi temizlemek ve bir koruma balonu oluş turmak için adaçayı yakın ve onunla çevresini dolaş ın. Geleceğ i görmeye yardımcı olması için meditasyon sırasında yakın.

Machine Translated by Google

YAĞLI VEYA KOMBİNASYON İÇİN PORTAKAL EXFOLIATÖR DERİ

Tkremsi maskesi yağları çıkarmak için badem, portakal kabuğu ve nane kullanır ve sivilce ile savaş. Ayrıca cildi aşırı kurutmadan veya tahriş etmeden peeling yapar.

İÇİNDEKİLER

1/2 su bardağı (60 gr) kaolin
kili 1/4 su bardağı (30 gr) ince öğütülmüş
badem 1/2 su bardağı (60 gr) keçi sütü tozu 2 yemek kaşığı (15 gr) mısır
unu 2 çay kaşığı portakal tozu kabuğu 2 çay kaşığı kuru nane yaprak

Bal, su veya jojoba yağı (ıslatıcı olarak kullanılır; miktarı gerektiği gibi ayarlayın)

TALİMATLAR

Kuru malzemeleri birleştirin, iyice karıştırın ve kullanıma hazır olana kadar kuru, kapalı bir kapta saklayın. Islatma maddesini yalnızca kullanım sırasında ekleyin.

Kullanmak için hafif dairesel hareketlerle yüzünüze uygulayın. Ilık suyla güzelce durulayın su.

Verim: 11/2 su bardağı (180 g)

Machine Translated by Google

BADEM

Size bilgeliğ i öğ retir

BADEM OLACAK

Bolluğ u çekin

Ruhla bağ lantınızı derinleş tirin

Karmaş ık konulara daha derin bir anlayış getirin

Badem yağ ı, ruhla olan bağ lantınızı derinleş tirecek ve karmaş ık konulara anlayış kazandırmaya yardımcı olacaktır. Alnınızı ve ş akaklarınızı biraz ovalayın veya odanın etrafına serpin. Karar vermenize yardımcı olması için yastığ ınızın altına birkaç badem koyun ve yatmadan önce konuyu düş ünün. Rüyalarında bir cevap alacaksın.

Machine Translated by Google

GÜL SUYU TONER

Rose water nemi tutar, yaş lanma belirtileriyle savaş ır ve cildi dengeler.
Bu toner tüm cilt tipleri, özellikle kuru, olgun ve hassas cilt tipleri iç in yatış tırıcı ve besleyicidir.

İ Çİ NDEKİ LER

1/2 su bardağ ı (120 ml) distile su
1/2 su bardağ ı (120 ml) [redacted] su (gül veya kuş burnu [redacted] nfüzyonu da [redacted] anılabilir) 1/4 su bardağ ı (60 ml) cadı ela [redacted]
1 yemek kaş ığ ı (14 g) aloe vera j [redacted] eya aloe vera tozu [redacted]

TALİ MATLAR

Tüm malzemeyi birlikte karış tırın. Karış ımı steril bir kaba dökün, etiketleyin ve tarih atın.

Kullanmak iç in pamuklu bir yüz pedini tonerle nemlendirin. Alın, burun ve ç eneye odaklanarak küç ük daireler halinde nazikç e silin. Hassas göz bölgesinden kaç ınmaya dikkat edin. Nemlendirici ile takip edin.

Verim: 11/4 su bardağ ı (300 ml)

Machine Translated by Google

SALATALIK

Daha geniş bir perspektiften görmenize yardımcı olur

salatalık

Doğ urganlığ ı

artırın İ yileş meyi

kolaylaş tırın Manevi bağ ınızı derinleş tirin

Çocuk sahibi olmayı umuyorsanız, salatalığ ın çekirdeklerini yiyin. Doğ urganlığ ınızı artıracaktır. Meditasyon yapmadan önce sunağ ınıza taze salatalık kabukları koymak meditasyonunuzu derinleş tirecektir. Bir odadaki negatif enerjiyi gidermek için, bir muslin torbasına birkaç fincan taze kabuk koyun ve odanın içinde sallayın.

Machine Translated by Google

Cadı Fındığı Toneri

Tçay ağacı yağı, kekik ve kara sögüt kabuğunun antiseptik ve antibakteriyel özellikleri, akneye neden olan bakteri ve yağlarla savaşır, tonlanmış, dengeli bir cilt ortaya çıkarır.

İÇİNDEKİLER

1/2 su bardağı (120 ml) damıtılmış
su 1/4 su bardağı (60 ml) cadı fındığı
3/4 çay kaşığı aloe vera jeli 10 damla çay ağacı esansiyel yağı 5
damla kara sögüt ağaç kabuğu esansiyel yağı 5 damla kekik esansiyel yağı

TALİMATLAR

Tüm malzemeyi birlikte karıştırın. Karışımı steril bir kaba dökün, etiketleyin ve tarih atın.

Kullanmak için pamuklu bir yüz pedini tonerle nemlendirin. Alın, burun ve çeneye odaklanarak küçük dairele halinde nazikçe silin. Hassas göz bölgesinden kaçınmaya dikkat edin. Nemlendirici ile takip edin.

Verim: 3/4 su bardağı (180 ml)

Machine Translated by Google

REZENE TOHUMU

Hafızanızı geliş tirir

rezene

Evinizi koruyun

Zihninizi, bedeninizi ve ruhunuzu arındırın

Size cesaret verin

Rezene yaprakları ve zeytinyağ ı ile dolu bir kavanozun en az bir ay demlenmesine izin verin. Etkilenen bölgeye sürterek iyileş meyi teş vik etmek için yağ ı kullanın. Evinizi arındırmak ve korumak için etrafına biraz yağ serpin. Banyo suyunuza tohum eklemek vücudunuzu güçlendirecek, rahatlamanıza ve zihninizi temizlemenize yardımcı olacaktır.

Machine Translated by Google

AKNE TONER

Yok ve nergis hasarlı cildi yatış tırır ve yara izlerinin önlenmesine yardımcı olurken, paç uli ve ç ay ağ acı sivilceye neden olan bakterilerle savaş ır. Bu toner yağ lı, sorunlu ciltler iç in canlandırıcıdır.

İ Ç İ NDEKİ LER

2 su bardağ ı (470 ml) damıtılmış su, kaynamaya getirilmiş
1 yemek kaş ığ ı kuru civanperç emi 1 yemek kaş ığ ı kuru
nergis yaprağ ı 1 ç ay kaş ığ ı taze sıkılmış limon meyve
suyu 1 yemek kaş ığ ı (20 g) bal 1/4 su bard ağ ı (60 ml) cadı fındığ ı 4 damla paç uli
esansiyel yağ 3 damla ç ay ağ acı esansiyel yağ ı

TALİ MATLAR

Bitkisel infüzyonu yapmak iç in civanperç emi ve nergis üzerine kaynar su dökün ve 15 ila 25 dakika demlenmesine izin verin. Bitkilerin iyiliğ ini kaybetmediğ inizden emin olmak iç in demleme sırasında onları örtmelisiniz.

Bir süzgeç ve tülbent ile süzün.

İ nfüzyona limon suyu, bal, cadı fındığ ı ve uç ucu yağ ları ekleyin. Steril bir kaba dökün, etiketleyin ve tarih atın.

Kullanmak iç in pamuklu bir yüz pedini tonerle nemlendirin. Alın, burun ve ç eneye odaklanarak küç ük daireler halinde nazikç e silin. Hassas göz bölgesinden kaç ınmaya dikkat edin. Nemlendirici ile takip edin.

Verim: 21/4 su bardağ ı (530 ml)

Machine Translated by Google

Ruh için otlar

ELMA

Size Dünya büyüsünün gücünü öğ retir

ELMA OLACAK

Aş kı çekmek

Manevi bağ ınızı derinleş tirin Size

Dünya büyüsünü öğ retin

Evinize bir buket elma çiçeğ i yerleş tirmek, sevgiyi çekecek veya halihazırda içinde bulunduğ unuz iliş kiyi güçlendirecektir. Geleceğ i görme yeteneğ inizi geniş letmek ve tüm Dünya sihriyle bağ lantınızı derinleş tirmek için sunağ ınıza bir dal yerleş tirin. Meditasyon yapmadan önce bir elma yemek, kadim bilgeliğ e eriş me yeteneğ inizi artıracaktır.

Machine Translated by Google

AKNE CİLT BAKIM YAĞI VEYA TEMİZLEYİCİ

Tuçucu yağların karışımı bakterileri temizlemeye yardımcı olur ve cildi aşırı kurutmadan veya tahrişetmeden tazeler. Karma cilde sahip olanlar içinharika.

İÇİNDEKİLER

1/2 su bardağı (120 ml) damıtılmışsu (yerine 1/4 su bardağı [60 ml] jojoba veya üzüm çekirdeği yağı bakım yağı) 5
damla biberiye esansiyel yağı 5
damla kekik esansiyel yağı 2
damla limon esansiyel yağı 6
damla Alman papatyası esansiyel yağı 4 damla adaçayı esansiyel yağı 1/4 su bardağı (60 ml) fındık yağı

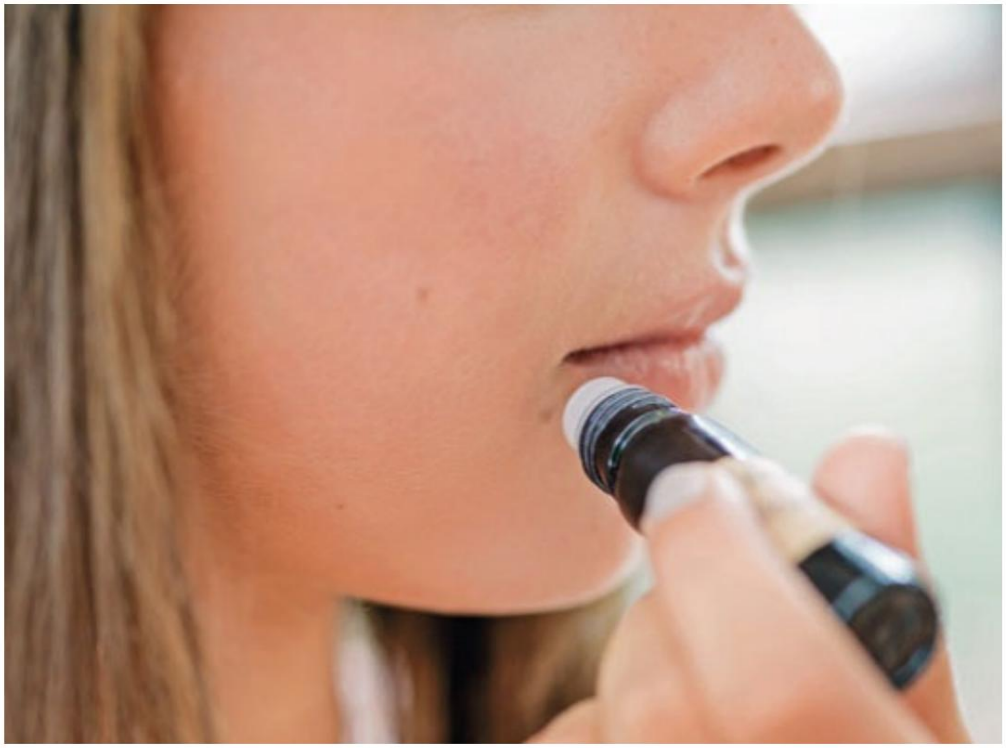
TALİMATLAR

Tüm malzemeleri iyice karıştırın ve steril bir kapta saklayın.

Tedavi yağı olarak kullanmak içinparmak uçlarına birkaç damla uygulayın ve cilde masaj yapın; durulamayın. Temizleyici olarak kullanmak için1 yemek kaşığı (15 ml) karışımı dairesel hareketlerle yüze uygulayın. Durulayın ve hafifçe kurulayın, ardından seçtiğiniz bir toner ve nemlendirici ile devam edin.

Machine Translated by Google

Verim: 3/4 su bardağı (180 ml) temizleyici veya 1/2 su bardağı (120 ml) bakım yağı



Machine Translated by Google

İ Yİ LEŞ Tİ Rİ Cİ YÜZ TONİ K

Hatmi kökünü iyileş tirici bir unsur olarak gördüğ ünüze ş aş ırdıysanız, ş unu düş ünün: Aslında kamp ateş i hatmi kavurma baş ladığ ı yer. Ebeveynler, ç ocukların boğ az ağ rılarını ve öksürüklerini hafifletmek iç in kökü sobalarında kavurdu.

İ Ç İ NDEKİ LER

2 su bardağ ı (470 ml) damıtılmış
su 1 ç ay kaş ığ ı kıyılmış karakafes 47 kök 1
ç ay kaş ığ ı kıyılmış hatmi kökü 1 ç ay kaş ığ ı
kurutulmuş papatya 1 ç ay kaş kuru
nergis 2 yemek kaş ığ ı (30 ml) cadı fındığ ı
1 ç ay kaş ığ ı bitkisel gliserin 5 damla lav
esansiyel yağ ı 5 damla ardıç uç ucu yağ

TALİ MATLAR

Bir kaynatma yapmak iç in, ş ifalı otlarla birlikte suyu sabit bir kaynamaya getirin ve örtün. En az 45 dakika veya daha uzun süre kaynamaya bırakın.

Temiz bir kabın üzerine süzgeç koyun ve dökün. Kalan sıvıyı süzgeç ten geç irmek iç in bir kaş ığ ın arkasını kullanın. Süzgeç yerine tülbent kullanabilirsiniz, ancak sıktığ ınızdan emin olun. Kaynatmanız tüketime hazırdır veya daha sonra kullanmak üzere buzdolabında 3 ila 4 gün saklanabilir.

Kaynamaya cadı fındığ ı, gliserin ve uç ucu yağ ları ekleyin. Steril bir kaba dökün, etiketleyin ve tarih atın.

Kullanmak iç in pamuklu bir yüz pedini tonerle nemlendirin. Alın, burun ve ç eneye odaklanarak küç ük daireler halinde nazikç e silin. Hassas göz bölgesinden kaç ınmaya dikkat edin. Nemlendirici ile takip edin.

Verim: 2 su bardağ ı (470 ml)

Machine Translated by Google

LAVANTA

Size taze bir ruhsal bakış açısı verir

LAVANTA

Size huzur, neşe ve bağlantı duygusu aşılayın Öfkeyi kontrol edin Manevi farkındalığınızı derinleştirin Olumsuzluğu uzaklaştırın

Manevi bağınızı derinleştirmek ve farkındalığınızı geniş letmek için sunağınıza kurutulmuş lavanta çiçekleri yerleştirin. Evinizi sevgiyle doldurmak için ön kapınıza çiçekler asın. Meditasyonlarınızı derinleştirmek ve evinizi Yaz Gecesi Gecesi'nin büyüsü ile doldurmak için her zaman tütsü olarak kurutulmuş lavanta kullanın.

Machine Translated by Google

HASSAS Cİ LT TONER

Rportakal çiçekleri sakinleş ir ve canlanırken, sedir yaprakları ve papatya cildi yatış tırır ve besler. Bu toner kuru ve hassas cilt tipleri için idealdir.

İ ÇİNDEKİ LER

3 su bardağ ı (705 ml) damıtılmış
su 2 yemek kaş ığ ı kuru gül 6 [redacted] prak 2
yemek kaş ığ ı kuru papatya 3 yem[redacted]
kaş ığ ı kurutulmuş portakal [redacted] çiçeğ i 1/4 su bardağ ı (60 ml) cadı fındığ ı 5 [redacted]
damla yasemin e[redacted]siyel yağ ı 5 damla neroli esansiyel yağ ı

TALİ MATLAR

Bitkisel infüzyonu yapmak için, otların üzerine kaynar su dökün ve 15 ila 25 dakika demlenmesine izin verin. Bitkilerin iyiliğ ini kaybetmediğ inizden emin olmak için demleme sırasında onları örtmelisiniz.

Bir süzgeç ve tülbent ile süzün.

Cadı fındığ ı ve uçucu yağ ları infüzyona ekleyin ve iyice karış tırın. Steril bir kaba dökün, etiketleyin ve tarih atın.

Kullanmak için pamuklu bir yüz pedini tonerle nemlendirin. Alın, burun ve çeneye odaklanarak küçük daireler halinde nazikçe silin. Hassas göz bölgesinden kaçınmaya dikkat edin. Nemlendirici ile takip edin.

Verim: 31/4 su bardağ ı (765 ml)

Machine Translated by Google

TEMEL LOSYON BAZI

Tonun tarifi, temelleri kiş iselleş tirmenize izin veren harika bir baz losyon.
ihtiyaçlarınıza veya tercihlerinize göre yağ lar. Kullanılan yağ lar tüm cilt tipleri için faydalıdır,
ama daha fazlasını denedikçe, bunlar da beğ eninize göre ikame edilebilir.

İ Çİ NDEKİ LER

Faz A için:

11/4 su bardağ ı (295 mi) damıtılmış su

Faz B için:

1/4 su bardağ ı (60 ml) tatlı badem [redacted]
1/4 su bardağ ı (60 ml) çuha çiçeğ i yağ ı 2 yemek kaş ığ ı (30 ml) çayır köpüğ ü tohumu yağ ı
3 yemek kaş ığ ı (42 gr) emülsifiye edici mum

Faz C için:

15 damla seçtiğ iniz uçucu yağ (örneğ in angelica [redacted] bergamot [redacted] ne yaprağ ı [redacted] sandal ağ ac [redacted], sedir ağ acı [redacted] 29, dereo [redacted] 70, buhur [redacted] mür [redacted] 4 [redacted],

TALİ MATLAR

A ve B Aş amaları için: A aş aması (su aş aması) için tüm malzemeleri ölçün
ve normal bir tencereye koyun. B aş aması için tüm malzemeleri ölçün
(yağ fazı) ve bir çift kazana koyun. Yağ lar için bir çift kazan kullanılır
onları yakmamak için.

Her iki fazı da 170°F'ye (77°C) getirin.

Her iki faz da doğ ru sıcaklıkta olduğ unda, ısıdan çıkarın ve
A fazını sürekli karış tırarak B fazına dökün. İ ki aş amayı karış tırmaya devam edin
onlar soğ umaya baş larken.

Soğ usunlar.

Faz C için: Karış ım 120°F (49°C) veya daha düş ük bir sıcaklığ a soğ uduğ unda, faz C'yi ekleyin.
malzemeleri ve soğ uyana kadar sürekli karış tırın. Steril bir kapta saklayın, etiketleyin ve
tarih atın.

Kullanmak için temizleme ve tonlama iş leminden sonra dairesel hareketlerle losyonu uygulayın. Dikkat olmak
hassas göz çevresi.

Machine Translated by Google

Verim: 2 su bardağ ı (470 ml)

Machine Translated by Google

DEFNE YAPRAĞI

Tanrısallığınız hakkındaki farkındalığınızı derinleştirir

defne yaprağı

Herhangi bir sihirli çabayı
geliştirin Manevi bağınızı güçlendirin
Yaratıcılığı artırın Evinizi kutsayın
ve koruyun

Psişik güçlerinizi arttırmak, evinizi arındırmak ve yaptığınız herhangi bir sihir ritüelini geliştirmek için kurutulmuş defne yapraklarını tütsü olarak yakın. Evinize defne çelengi asmak size bilgelik, ilham, bolluk ve adalet getirecektir. Kişinizde taşınan bir yaprak, küfürleri ve negatif enerjiyi önleyecektir.

Machine Translated by Google

KEDİ OTU KÖKÜ

Büyülü özünüzle bağ lantı kurmanıza yardımcı olur

kediotu kökü

Aş kı çekmek

İ yi bir gece uykusu sağ layın

Koruyucu bir kalkan oluş turun

Evinizi arındırın

Evinizi koruyucu bir baloncukla çevrelemek için kökü kapınızın üzerine asın. Sevgiyi çekmek için, küçük bir kök parçasını bir muskaya yerleş tirin ve boynunuza takın. İ ki kiş i kavga ederken, köklerin bir kısmını yanlarına yerleş tirin, kavga hemen duracaktır.

Machine Translated by Google

HAFİ F NEMLENDİ Rİ Cİ YAĞVEYA TEMİ ZLEYİ Cİ

Thassas cilt tipleri iç in harika bir nemlendirici yağ veya temizleyicidir.

İ Çİ NDEKİ LER

1/2 su bardağ ı (120 ml) damıtılmış su (tedavi yağ ı olarak kullanılıyorsa
atlayın) 2 ç ay kaş ığ ı bitkisel gliserin (bunun yerine 1/4 su bardağ ı [60 ml] jojoba veya hodan yağ ı kullanın.
a tedavi yağ ı) 5 damla papatya esansiye ğ ı 2 damla
lavanta esansiyel

TALİ MATLAR

Tüm malzemeleri iyice karış tırın ve steril bir kapta saklayın.

Tedavi yağ ı olarak kullanmak iç in parmak uç larınıza birkaç damla uygulayın ve cilde masaj yapın; durulamayın. Temizleyici olarak kullanmak iç in yaklaş ık 1 yemek kaş ığ ı (15 ml) karış ımı dairesel hareketlerle yüzünüze uygulayın. Durulayın ve hafifç e kurulayın, ardından toner ve nemlendirici ile devam edin.

Verim: 1/2 su bardağ ı (120 ml) temizleyici veya 1/4 su bardağ ı (60 ml) bakım yağ ı

Machine Translated by Google

meyan kökü

Büyülü özünüzle bağlantı kurmanıza yardımcı olur

MEYAN KÖKÜ OLACAK

Aşkı çekmek

Size iyi şanslar getirin

Sigarayı bırakmanıza yardımcı olun

Enerjik olarak, meyan kökü bitkileri harika asalar yapar. Sigarayı bırakmaya çalışıyorsanız, taze veya kuru kök çiğneyin. Bunu yapmak size iyi şanslar da getirecektir. Aşkı çekmek için muskaya meyan kökü ekleyin. Dolabınıza bir meyan kökü poşeti asmak, negatif enerjiyi uzaklaştıracak ve kendinizi daha çekici hissetmenizi sağlayacaktır.

Machine Translated by Google

SALATALIK GÖZ JELİ

Tnemlendirici göz jeli yorgun gözleri yatış tırır ve sakinleş tirir. Salatalık suyu ve aloe vera, cildiniz için anında bir su içeceğ i gibi hareket eder, susamış hücreleri nemlendirir.

İ Çİ NDEKİ LER

1 yemek kaş ığ ı (14 g) aloe vera j çay
kaş ığ ı taze salatalık meyve s süzülmüş (en iyisi meyve sıkacağ ın var) 1/4 çay kaş ığ ı mısır niş astası 1
yemek kaş ığ ı (15 ml) cadı fındığ ı

TALİ MATLAR

Bir çift kazanda aloe, salatalık suyu ve mısır niş astasını birleş tirin ve dikkatlice ısıtın; aş ırı ısıtmamaya veya kaynatmamaya dikkat edin. Çıkarın ve bir kaseye aktarın ve cadı fındığ ını karış tırın. Karış ımı steril bir kaba aktarmadan önce tamamen soğ umaya bırakın. Bu jel, uygun ş ekilde saklanırsa bir hafta dayanır; buzdolabında saklamak en iyisidir ve bunu yapmak aynı zamanda canlandırıcı bir göz yapar
tedavi.

Kullanmak için, cildi çekmemeye dikkat ederek, göz altına yukarı doğ ru noktasal hareketlerle uygulayın.

Verim: 2 yemek kaş ığ ı (30 ml)

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

BUHUR

Manevi bağ lantınızı derinleş tirmeye yardımcı olur

FRANKENCE OLACAK

Evinizin ruhsal titreş imini arındırın ve yükseltin İ ç huzuru yaratın Konsantrasyonu geliş tirin

Kurutulmuş bitki tütsü olarak yakıldığ ında, buhur ç ok güç lü ruhsal titreş imler yayar. Buhur, bdgeyi negatif enerjilerden arındırarak temizler, arındırır, kutsar ve kutsar. Zihni sakinleş tirecek ve konsantre olma yeteneğ ini geliş tirecektir. Meditasyon yaparken yakarsanız, meditasyonunuzu geliş tirecek ve vizyonlara neden olacaktır.

Machine Translated by Google

DUDAK AÇICI NEM PARLAK

A Harika nemlendirici balsam olan bu tarif, nazik, doğ al bir dolgunlaş tırıcı etki yaratmak iç in anason ve tarç ın esansiyel yağ larını kullanır. Parlaklığ a renk katmak iç in pancar suyu veya pancar tozunu karış tırabilirsiniz.

İ Çİ NDEKİ LER

2 ç ay kaş ığ ı balmumu
2 ç ay kaş ığ ı hindistancevizi
yağ ı 1/4 ç ay kaş ığ ı E vitamini
yağ ı 2 yemek kaş ığ ı (30 ml) tatlı badem [redacted] ı 2 veya 3 damla tarç ın esans[redacted] yağ ı 2 damla
anason esans[redacted] yağ ı

TALİ MATLAR

Balmumu, hindistancevizi yağ ı, E vitamini yağ ı ve badem yağ ını orta ateş te ç ift kazana koyun. Eriyene kadar karış tırın ve ocaktan alın. Uç ucu yağ ları yavaş ç a karış tırın. Yavaş ç a sızdırmaz, steril bir kaba dö kün. Kullanmadan önce soğ umaya ve katılaş maya bırakın.

Kullanmak iç in gerektiğ inde dudaklara uygulayın.

Verim: 3 yemek kaş ığ ı (45 ml)

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

SOLMAYAN ÇİÇEK

Ruhla bağlantınızı derinleştirir

AMARANTH OLACAK

Uzun yaşamı
teşvik edin Durdurulamaz
olduğunuzu hissettirin Tanrı ve tanrıçalarla bağlantınızı derinleştirin

Amaranth çiçeklerden yapılmış bir çelenk takmak, ruhunuzla derin bir şekilde bağlantı kurmanıza yardımcı olacaktır. Çelenk yapmak için çiçekleri söğüt dalından veya ince bir bambu parçasından yapılmış bir dairenin etrafına sarabilirsiniz.

Machine Translated by Google

SEDİ R

Ruhsal özünüzle sizi kozalar

SEDİ R

Negatif enerjiyi dağ ıtın

Sizi ruhsal bilincin daha yüksek seviyelerine aç ın

Kabusları kovalayın Sevgiyi ç ekin

Negatif enerjiyi kovmak iç in tütsü olarak biraz sedir ağ acı yakın. Ayrıca yakıldığ ı bölgenin ruhsal titreş imini de yükseltecektir. Manevi yönünüzle ve genel olarak ruhla bağ lantınızı derinleş tirmek istiyorsanız sunağ ınızı sedir ağ acından yapın.

Machine Translated by Google

VANİ LYA DUDAK BALMASI

Tonun tarifi basit ve lezzetli bir dudak balsamı yapar.

İ Çİ NDEKİ LER

1 çay kaşığı organik bal 2
yemek kaşığı (30 ml) tatlı badem yağı 2 kaşığı balmumu 1/2 çay
kaşığı kandelilla mumu 5 damla vanilya özü

TALİ MATLAR

Temiz bir kapta, tüm malzemeleri karıştırın. Kapatılabilir, steril bir kaba dökün.

Kullanmak için, karışımı temiz bir parmak ucuyla dudaklarınıza nazikçe sürün.

Verim: 3 yemek kaşığı (45 ml)

Machine Translated by Google

SANDAL AĞACI

Tüm hayatını kutsal bir eylem yapar

SANDALET AĞACI

Dikkatinizi odaklamanıza yardımcı olun Sevgiyi çekin

Durugörüyü artırın Ruh yardımcılarını çağırın

En derin umutlarınızı, hayallerinizi ve arzularınızı gerçekleştirmek için Sandal Ağacı'nı günde bir kez tütsü olarak yakın ve arzu ettiğiniz sonuçları net bir şekilde görselleştirin. Manevi yardımcıların yardımınıza gelmesi için bir kapı açmak için Sandal Ağacını sunağınıza yerleştirin. Durugörü yeteneklerinizi geliştirmek için alnınıza tutun.

Machine Translated by Google

PAPATYA GÜNEŞ RAHATLAMA İ NFÜZYONU

Chamomile, hem içten hem de dış tan vücut üzerindeki yatış tırıcı etkileri ile bilinir. Bu infüzyon, güneş yanığ ını yatış tırmak ve sokmak için inanılmaz derecede iyi çalış ır. Güneş te (çok uzun) bir günün ardından serinletici bir cilt bakımı olarak buzdolabında elinizin altında bulundurmak harikadır.

İ Çİ NDEKİ LER

1 ila 2 yemek kaş ığ ı (2 ila 4 g) kuru papatya 1 su bardağ ı (235 ml) kaynayan su 2 yemek kaş ığ ı (30 ml) elma elma sirkesi

TALİ MATLAR

Papatyanın üzerine su dökün ve 15 ila 25 dakika demlenmesini bekleyin. Bitkinin iyiliğ inden hiç bir ş ey kaybetmediğ inizden emin olmak için demleme sırasında örtmelisiniz.

Bardağ ınızın veya ağ zı kapatılabilen kabınızın üzerine bir süzgeç ve tülbent koyun ve süzün.

Elma sirkesini ekleyin. Karış ımı steril bir sprey ş iş esine dökün ve soğ uması için buzdolabına koyun.

Kullanmak için etkilenen bölgeye püskürtün (cilde sürmeyin) ve kurumasını bekleyin. Gerektiğ inde tekrar uygulayın.

Verim: 1 su bardağ ı (235 ml)

Machine Translated by Google

LAVANTA ALOE SPREY

T spreyi yaz aylarında elinizin altında olması harika; Cilde sadece süper ferahlatıcı ve nemlendirici olmakla kalmaz, aynı zamanda yatış tırıcı etkileri de güneş ten yanmış cilt üzerinde harika hissettirir.

İ ÇİNDEKİLER

1 su bardağı (235 ml) aloe ver[redacted]6 jel (yağ özü veya tozu da kullanılabilir) 1/2 su bardağı (120 ml) cadı fındığı [redacted] bardağı (120 ml) distile su 15 damla lavanta esansiyel yağı

TALİMATLAR

Tüm malzemeleri steril bir sprey şişesine dökün, kapatın ve sallayın. Soğuması için buzdolabına koyun.

Kullanmak için etkilenen bölgeye püskürtün (cilde sürmeyin) ve kurumasını bekleyin. Gerektiğinde tekrar uygulayın.

Verim: 2 su bardağı (470 ml)

Machine Translated by Google

Aş k iç in otlar

TUTKU ÇİÇEĞİ

Nasıl arkadaş olunacağ ını gösterir

TUTKU ÇİÇEK OLACAK

Sakin duygular

Evinizi huzurla doldurun

Arkadaş larınızı çekin

Huzurlu bir gece uykusu sağ layın

Hayatınızı huzur, rahatlık ve neş e duygusuyla doldurmak iç in evinizin yakınında bir ç arkıfelek bitkisi yetiş tirin. Tanrısallığ ınızla bağ lantınızı derinleş tirmek iç in ç iç ekleri sunağ ınıza yerleş tirin. Bir muskada birkaç yaprak taş ımak, sevgiyi ve dostluğ u ç ekecektir.

Machine Translated by Google

GÜNEŞ RAHATLAMA SÜTÜ

İÇİNDE Cildi yatıştıran bu kombinasyon, güneş yanığı ağrısını hafifletirken aloe'nin nemlendirici etkileri ve salatalığın iltihap önleyici özellikleri ile cildi iyileştirmeye yardımcı olur.

İÇİNDEKİLER

1/2 bardak (120 ml) aloe vera [redacted] 1/2 bardak (120 ml) salatalık suyu [redacted] bardak (235 ml) ayran 10 damla lavanta esansiyel yağı

TALİMATLAR

Tüm malzemeleri bir kapta birleştirin ve karışıma biraz tülbent veya müslin şeritleri batırın.

Kullanmak için şeritleri güneş yanığı olan bölgeye uygulayın ve bekletin. Alternatif olarak, karışımı bir banyoya dökebilir ve ıslatma olarak kullanabilirsiniz.

Verim: 2 su bardağı (470 ml)

Machine Translated by Google

MENEKŞ E

Aş kın kadim gücüyle bağ lantı kurmanıza yardımcı olur

menekş e

Aş kı çekmek

Etrafınızı destekleyici insanlar ve ruhlarla kuş atın

Adanmış lığ ın önemini hatırlatın Hayatınızı neş eyle doldurun

Menekş eler uzun zamandır sevgiyle iliş kilendirilmiş tir, yardımsever ve sevgi dolu ruhsal varlıkları çeker ve güçlü iyileş tirici titreş imleri çeker. Kararlılık enerjisini üretirler. Kendinize karş ı dürüst olmanızı ve tüm taahhütlerinizi yerine getirmenizi hatırlatmak için kendinizi menekş elerle kuş atın.

Machine Translated by Google

VÜCUT BAKIMI

UYKU KOLAYLIĞI ÇAY

Bu rahatlatıcı karışımla kendinizi uykuya bırakın. Papatya ve kediotu vardır sinirleri yatıştırmasıyla bilinir.

İÇİNDEKİLER

1 kısım papatya 1/4 kısım yulaf samanı 1/4 kısım ıhlamur çiçeği 1/4 kısım kurutulmuş çarkıfelek çiçeği yaprak 1/4 kısım kediotu 1/4 kısım limon mineçiçeği 1/4 kısım nergis Bal, tadına göre

TALİMATLAR

Bitkisel infüzyonu yapmak için, otların üzerine kaynar su dökün ve 15 ila 25 dakika demlenmesine izin verin. Bitkilerin iyiliğini kaybetmediğinizden emin olmak için demleme sırasında onları örtmelisiniz.

Bir süzgeç ve tülbent ile süzün.

Kullanmak için yatmadan önce içiniz.

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

MÜR

Kalbini aş ka aç ar

MİR OLACAK

İlahi diş iyi çağ ırın

Ruhunuzla bağ lantınızı derinleş tirin Huzur ve

neş e duygusu yaratın İ yileş meyi kolaylaş tırın

Mür, Mısırlılar tarafından aş k tanrıç ası İ sis'i onurlandırmak iç in kullanıldı. Sevgiyi, huzuru, neş eyi ve mutluluğ u ç ekmek iç in bir muska ekleyin. Evinizi kutsamak ve kutsallaş tırmak iç in mürünü tütsü olarak buhurla yakın. Meditasyonlarınızı derinleş tirmek iç in meditasyon yaparken onu yakın.

Machine Translated by Google

REYHAN

Hayatınızı sevgiyle doldurur

fesleğ en

Sakin huylar
Evinizden kötülüğ ü
uzaklaş tırın Ş ans, refah ve uyum
getirin Aş ıkların kavgalarını düzeltin

Bir iliş kinin devam edip etmeyeceğ ini anlamak iç in iki dal fesleğ eni ateş e nazikç e koyun. Patlayıp zıplarlarsa, iliş ki değ iş ken olacaktır. Ayrılırlarsa, iliş ki sürmez. Birlikte kalırlarsa, iliş ki uyumlu olacaktır. Aş ıkların kavgasını düzeltmek iç in, dallarını yatak odasının etrafına yerleş tirin.

Machine Translated by Google

STRES ÇAY

Fruity ve aromatik, papatya nazikçe sakinleştirir ve melisa ruhları kaldırır ve kaygıyı azaltır.

İÇİNDEKİLER

1 ölçü papatya 1/2 ölçü
kuş burnu 1/4 ölçü
melisa 1/4 ölçü portakal
kabuğu 1/4 ölçü [illegible]mur çiçeği 1/4 ölçü yulaf samanı

TALİMATLAR

Bitkisel infüzyonu yapmak için, otların üzerine kaynar su dökün ve 15 ila 25 dakika demlenmesine izin verin. Bitkilerin iyiliğini kaybetmediğinizden emin olmak için demleme sırasında onları örtmelisiniz.

Bir süzgeç ve tülbent ile süzün.

Kullanmak için gerektiği kadar içiniz.

Machine Translated by Google

GÜLLER

Hayatınızı romantizmle doldurur

GÜLLER OLACAK

Barış getir
Sevgiyi çek

Kaybın acısını iyileş tirin

Sizi güçlendirin

Gül, aş kın ana bitkisidir. Sunağ ınıza bir buket gül koymak, ilahi aş k deneyiminizi derinleş tirecektir. Duygularınızı dengelemek, kendini sevmeyi ve kabullenmeyi artırmak için suda yüzen gül yapraklarıyla banyo yapın.
Bunu yapmak rahatlamanıza ve daha merkezli olmanıza yardımcı olacaktır. Aş kı çekmek için bir muskaya biraz gül yaprağ ı koyun.

Machine Translated by Google

BAŞ AĞRISI ÇAYI

Feverfew, baş ağ rısı ve migreni hafifletme yetenekleriyle bilinir. Limon balsamı kaygıyı hafifletir ve sinirleri yatış tırır.

İ ÇİNDEKİLER

1/2 ğçü melisa 1/4 ğç
humma 1/4 ğçü la za
1/4 ğçü papatya 4

TALİMATLAR

Bitkisel infüzyonu yapmak iç in, otların üzerine kaynar su dökün ve 15 ila 25 dakika demlenmesine izin verin. Bitkilerin iyiliğ ini kaybetmediğ inizden emin olmak iç in demleme sırasında onları örtmelisiniz.

Bir süzgeç ve tülbent ile süzün.

Kullanmak iç in, baş ağ rısı azalıncaya kadar günde 4 veya 5 bardağ a kadar gerektiğ i kadar iç in.

Machine Translated by Google

EBEGÜMECİ

Hayatınızı bir aş k yerinden yaş amanıza yardımcı olur

HIBİ SKUS OLACAK

Kalbinizi sevgiye açın

Geleceğ i görmenize yardımcı olun

Rahatlamanıza ve korkularınızdan kurtulmanıza yardımcı olun

Hibiscus, geleceğ iniz hakkında kararlar almanıza yardımcı olabilir. Meditasyon yaparken elinizde bir çiçek tutun ve yapraklarına yakından bakın. Varlığ ını hissedin ve size ne tür içgörüler getirdiğ ini görün.

Machine Translated by Google

SOĞUK KOLAY ÇAY

VE Chinacea, beyaz kan hücresini artıran güçlü bir bağışıklık sistemi uyarıcısıdır. üretme. Bu çay, soğuk algınlığının başlamasıyla birlikte almak için harikadır ve enerji verici bir nane aromasına sahiptir.

İÇİNDEKİLER

1 ölçü ekinezya kökü, ölçü
nane yaprak 1/2 ölçü [redacted]nperçemi yaprak 1/2 ölçü [redacted]on otu yaprak 1/2 ölçü [redacted]
adaçayı 16 yaprak Bal, tadı

TALİMATLAR

Bitkisel infüzyonu yapmak için, otların üzerine kaynar su dökün ve 15 ila 25 dakika demlenmesine izin verin. Bitkilerin iyiliğini kaybetmediğinizden emin olmak için demleme sırasında onları örtmelisiniz.

Bir süzgeç ve tülbent ile süzün.

Kullanmak için, soğuk algınlığının başlangıcında gerektiği kadar için.

Machine Translated by Google

ARDIÇ

Seni sevgiyle sarar

ARDIÇ

Sizi koruyun
Sevgiyi çekin

Kazalardan korunmanızı sağlar

Evinizi korumak ve negatif enerjilerin girmesini önlemek için ön kapınıza bir Ardıç dalı asın. Kazaları önlemek ve sevgiyi çekmek için bir muska içine biraz çilek koyun ve boynunuza takın. Bir alanı arındırmak için kurutulmuş yaprakları tütsü olarak yakın.

Machine Translated by Google

LİMON BALMU

Kalbini şefkatle doldurur

LİMON BALMU

Aşkı çekmek

Yargıları salıvermenize yardımcı olun

Manevi bağınızı derinleştirin

Kurutulmuş melisa yaprakları ve çiçekleri aşk muskalarına harika bir katkıdır.

Hayallerinizi gerçekleştirmenize yardımcı olmak için, onları bir yere yazın ve bir melisa bitkisini (kökleri hariç) ketene sarın, demeti ipek iplikle bağlayın ve sunağınızın üzerine koyun. Bir dua edin ve cevaplandıktan sonra bohçayı gömün.

Machine Translated by Google

Boğ az ağ rısı ve öksürük balı

İ Çİ NDE

Boğ az ağ rısını yatış tırmaya ve öksürüğ ü hafifletmeye yardımcı olmak iç in aş ağ ıdaki bitki karış ımını kullanın.

İ Çİ NDEKİ LER

1 dç ü kekik 1
dç ü ç emen 1/2 dç ü
nane 1/2 dç ü melisa 1
bal

TALİ MATLAR

Bitkisel bal yapmak iç in bitkilerinizi seç erek baş layın. Taze otlar kullanırken temiz olduklarından emin olun ve ardından iri doğ rayın. Otlara eş it miktarda bal kullanın (veya kurutulmuş kullanılıyorsa, ot miktarının yarısı). Bu iş lem tentürlerle de kullanılabilir; tentür iç in eş it miktarda bal kullanın. Otları steril, kapatılabilir bir kaba koyun.

Sıcak bal ile ç alış mak genellikle en kolayıdır, ç ünkü bitkilerin iyileş tirici özelliklerini serbest bırakmaya yardımcı olur, ancak aş ırı ısıtmamaya veya kaynatmamaya dikkat edin. Sıcak balı otların veya tentürün üzerine dökün ve karış ımı yavaş ç a karış tırın.

Kavanozu sıkıca kapatın, etiketleyin ve tarih atın. Karış ımı en az 1 hafta yumuş atın; bir aya kadar veya daha fazla en iyisidir. İ lk kez aç tığ ınızda, kullanmadan önce iyice karış tırın.

Kullanmak iç in semptomlar azalıncaya kadar günde 1 ila 2 yemek kaş ığ ı (20 ila 40 g) alın. Bu ç ay veya ılık limonlu suda da harikadır.

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Güç için Otlar

SÖĞÜT

Üzüntü ve kederden kurtulmanıza yardımcı olur

Söğüt

Aşk ı çekmek

Mükemmel eş i bulmanıza yardım edin Evinizi koruyun Zihninizi ve bedeninizi iyileş tirin

Dokuz söğ üt dalı toplayın ve tazeyken birbirine örün.
Ruhları evinizden temizlemek için veya bir ş ifa ritüeli gerçekleş tirirken dallarla süpürün.
Ayrıca örgüyü bir daire haline getirebilir ve sunağ ınıza yerleş tirebilirsiniz. Hayallerinizi yazın, tezahür edene kadar onları merkeze yerleş tirin.

Machine Translated by Google

SOĞUK VE GRİP BAL

Bu bitkilerin soğuk algınlığı ve griple savaşmaya yardımcı olduğu bilinmektedir, aynı zamanda boğazı yatıştırmaya da yardımcı olur. ve bronşit tahrişleri.

İÇİNDEKİLER

1 düçü biberiye 1
düçü mürver
düçü zencefil 1/2
düçü limon otu bal

TALİMATLAR

Bitkisel bal yapmak için bitkilerinizi seçerek başlayın. Taze otlar kullanırken temiz olduklarından emin olun ve ardından iri doğrayın. Otlara eşit miktarda bal kullanın (veya kurutulmuş kullanılıyorsa, ot miktarının yarısı). Bu işlem tentürlerle de kullanılabilir; tentür için eşit miktarda bal kullanın. Otları steril, kapatılabilir bir kaba koyun.

Sıcak bal ile çalışmak genellikle en kolayıdır, çünkü bitkilerin iyileştirici özelliklerini serbest bırakmaya yardımcı olur, ancak aşırı ısıtmamaya veya kaynatmamaya dikkat edin. Sıcak balı otların veya tentürün üzerine dökün ve karışımı yavaşça karıştırın.

Kavanozu sıkıca kapatın, etiketleyin ve tarih atın. Karışımı en az 1 hafta yumuşatın; bir aya kadar veya daha fazla en iyisidir. İlk kez açtığınızda, kullanmadan önce iyice karıştırın.

Kullanmak için semptomlar azalıncaya kadar günde 1 ila 2 yemek kaşığı (20 ila 40 g) alın. Bu çay veya ılık limonlu suda da harikadır.

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

cadı fındığ ı

Kaybın acısını giderir ve size nasıl seveceğ inizi hatırlatır.

Cadı Fındığ ı

- Koruma sağ layın
- Kayıp nesneleri bulun
- Duyguları dengeleyin

Korunmak iç in kapılarınızın üzerine cadı fındığ ı dalları asın. Hayatınızda yakın zamanda bir kayıp yaş adıysanız, üzerinizde cadı fındığ ı yaprağ ı taş ıyın. Acınızın üstesinden gelmenize ve genel olarak duygularınızı dengelemenize yardımcı olacaktır.

Machine Translated by Google

yonca

Her ş eye fazlasıyla sahip olduğ unuz bilgisini vererek kendinizi güvende hissetmenize yardımcı olur.

yonca

Hayatınıza refah getirin

Doğ urganlığ ı artırın Uyum yaratın

Bolluğ u hayatınıza çekmek iç in pencere kenarındaki bir saksıda yonca tohumu yetiş tirin. Ve bir aile üyesi eklemek istiyorsanız, sakin bir günde yaprakları dış arıda yakın ve ardından külleri mülkünüzün etrafına serpin; bu genel olarak bolluğ u çekecektir.

Machine Translated by Google

SOĞUK SEZON TENTİ Mİ

Tonun karışımı soğuk algınlığı ve gripten hızlı bir iyileşme sağlayacaktır.

İÇİNDEKİLER

1 ölçü kekik yaprağı 1 ölçü
ekinezya 1 ölçü mürekkepşe
yaprağı 1 ölçü nane
yaprak 1 ölçü altınmühür 75 80 çözücü olarak kullanmak
için dayanıklı alkol

TALİMATLAR

Tentür yapın: Taze otlar için 1 ölçü bitkiye 2 ölçü alkol kullanın (kuru otlar için sıvıyı 5 ölçüye yükseltin). Genel olarak, yüzde 15 ila 25 alkol en iyi tentürü üretecek ve küf bulaşmasını önlerken iyileştirici faydalarını sağlayacaktır.

Taze otlar kullanıyorsanız, temiz olduklarından ve hasar görmüş veya ölmekte olan bitlerin çıkarıldığından emin olun. Sonra onları doğrayın; bu solvent penetrasyonuna yardımcı olur ve süreci hızlandırır. Bitkilerinizi hazırladıktan sonra, hangi çözücüyü kullanacağınızı seçin ve uygun oranları ölçün. Otları, üstte yaklaşık 1 inç (2,5 cm) veya daha fazla boşluk bırakarak steril, kapatılabilir bir kaba yerleştirin. Çözücünüzü otların üzerine dökün, tamamen kaplayın.

Karışımı sıkıca kapatın, sallayın ve doğrudan güneş ışığından ve ısıdan uzakta, karanlık bir saklama alanına koyun. Tentürünüzü etiketlemek ve tarihi eklemek de akıllıca olacaktır. Karışımın en az 2 hafta veya bir aya kadar yumuşamasını sağlayın, periyodik olarak çalkalayın.

Kabınızın üzerine tülbent koyun ve tüm sıvıyı temiz bir kaba süzün. Tüm sıvıyı aldığınızdan emin olarak sıkın. Koyu renkli steril bir şişeye dökün, etiketleyin ve tarih atın. Hem dozaj kolaylığı hem de raf ömrü için kehribar damlalıklı şişe en iyi sonucu verir.

Kullanmak için, semptomlar azalıncaya kadar günde 2 ila 8 kez 3 ila 8 damla alın. Su, çay veya meyve suyu ile seyreltilebilir.

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

ANGELICA

Sizi bir huzur, sevgi ve koruma duygusuyla sarar

ANGELICA OLACAK

Sizi korumayla kuş atın Olumsuz

düş ünceyi bırakın Bolluğ u çekin

Kehanet konusunda yardım

Angelica, korumanın ana bitkisidir; olumsuz düş üncelere, talihsizliklere ve hatta ş ehvetli gözetleyen Tom'lara karş ı etkilidir! Bir tılsımın içine bir tutam kurutulmuş melekotu koyun veya olumsuzlukları püskürtmek ve melekleri ve perileri hayatınıza davet etmek için mülkünüzün etrafında büyütün.

Machine Translated by Google

karakafes

En zorlu durumlarda kendinizi rahat hissetmenizi sağ lar

COMFREY OLACAK

Güvenli ve kolay seyahat

sağ layın Bavullarınızı koruyun

Bolluğ u çekin

Seyahat ederken, güvenli bir şekilde ulaşmasını sağlamak için bavulunuzun altına bir parça karakafes kökü koyun. Zamanında vardığınızdan emin olmak için cebinizde küçük bir parça taşıyın. Bir nimet olarak mülkünüzün etrafına küçük parçalar serpin. Tütsü olarak yakıldığında huzur ve esenlik atmosferi yaratır.

Machine Translated by Google

SİNİR TONİK TENTİ

Bu karışımda kullanılan şifalı otlar, sinirleri yatıştırmaya, kaygı ve stresi hafifletmeye yardımcı olur.

İÇİNDEKİLER

1 ölçü papatya 1 ölçü [redacted]
limon otu 1 ölçü lava[redacted]
çiçeği 2 ölçü yu[redacted]amanı 1/4 ölçü çarkıfelek çiçeği
80 çözücü olarak kullanm[redacted]çin dayanıklı alkol

TALİMATLAR

Tentür yapın: Taze otlar için 1 ölçü bitkiye 2 ölçü alkol kullanın (kuru otlar için sıvıyı 5 ölçüye yükseltin). Genel olarak, yüzde 15 ila 25 alkol en iyi tentürü üretecek ve küf bulaşmasını önlerken iyileştirici faydalarını sağlayacaktır.

Taze otlar kullanıyorsanız, temiz olduklarından ve hasar görmüş veya ölmekte olan bitlerin çıkarıldığından emin olun. Sonra onları doğrayın; bu solvent penetrasyonuna yardımcı olur ve süreci hızlandırır. Bitkilerinizi hazırladıktan sonra, hangi çözücüyü kullanacağınızı seçin ve uygun oranları ölçün. Otları, üstte yaklaşık 1 inç (2,5 cm) veya daha fazla boşluk bırakarak steril, kapatılabilir bir kaba yerleştirin. Çözücünüzü otların üzerine dökün, tamamen kaplayın.

Karışımı sıkıca kapatın, sallayın ve doğrudan güneş ışığı ve ısıdan uzak, karanlık bir saklama alanına koyun (mutfak dolabı iyidir). Tentürünüzü etiketlemek ve tarihi eklemek de akıllıca olacaktır. Karışımın en az 2 hafta veya bir aya kadar yumuşamasını sağlayın, periyodik olarak çalkalayın.

Tülbenti temiz bir kaba koyun ve içindeki tüm sıvıyı süzün. Tüm sıvıyı aldığınızdan emin olarak sıkın. Koyu renkli steril bir şişeye dökün, etiketleyin ve tarih atın. Hem dozaj kolaylığı hem de raf ömrü için kehribar damlalıklı şişe en iyi sonucu verir.

Kullanmak için, semptomlar azalıncaya kadar günde 2 ila 8 kez 3 ila 8 damla alın. Su, çay veya meyve suyu ile seyreltilebilir.

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Ş EKER

Size sabrı öğ retir

DULSE OLACAK

Uyumu teş vik edin

Cinsel hazzı artırın

Evinizi koruyun

Sevgilinizle geç ireceğ iniz bir akş amdan önce, cinsel zevkinizi arttırmak ve arzunuzu arttırmak iç in tercih ettiğ iniz iç eceğ e bir tutam kuru dulse ekleyin. Uyum, barış ve sevgi duygusunu teş vik etmek iç in evinizin odalarına bir tutam kurutulmuş deniz yosunu serpin. Evinizi korumak iç in ön kapınıza biraz asın.

Machine Translated by Google

EKİ NEZYA

Size iç güç verir

EKİ NEZYA OLACAK

Aş kı taze ve tutkulu tutun
Doğ urganlığ ı artırın Genç liğ i
koruyun Bolluğ u çekin

Tüm büyülü isteklerinizin baş arılı olmasını sağ lamak iç in sunağ ınıza bir buket kurutulmuş ekinezya çiç eğ i yerleş tirin. Bolluğ u çekmek iç in cüzdanınıza biraz kuru çiç ek serpin. Diğ er herhangi bir bitkinin gücünü artırmak iç in bir muska ekleyin. Evinizi korumak ve hayatınıza sihir ve mucizeler getirmek iç in bahç enize dikin.

Machine Translated by Google

KESİ MLER İ Çİ N KALENDULA VE AMARANTH SALVE VE

AŞ INDIRMALAR

Calendula, bakterilerle mücadele ve iyileş tirici özellikleri ile bilinir. solmayan çiçek çiçekler, yapraklar ve köklerin tümü güçlü antiseptik özelliklere sahiptir. Bu merhem, kesik ve sıyrıklarda kullanmak için harikadır.

İ Çİ NDEKİ LER

2 düçü aynısefa 1 düçü
muz yaprak 1 dü[redacted]maranth 1 su bardağ ı (235[redacted]
ml) tercih edilen yağ (13 susam yağ ı önerili[redacted]4 su bardağ ı (54 g) balmumu

TALİ MATLAR

Bir çift kazanda, yağ ı ve balmumunu ısıtın ve eritin.

Otları yavaş ça karış tırın. Karış ımı birkaç saat kısık ateş te yumuş atın. Çift kazan kullanmak yanmasını engeller, ancak hızla buharlaş acağ ı için su seviyesine dikkat edin.

Isıdan çıkarın. Temiz bir kabın üzerine tülbent veya müslin koyun ve karış ımı içine dökün.

Otları bastırmak ve herhangi bir sıvı elde etmek için bir spatula veya büyük bir kaş ığ ın arkasını kullanın.
dış arı.

Tülbentin kenarlarını birlikte çekin, ardından kalan yağ ları sıkın.

Temiz, sızdırmaz bir kaba dökün.

Mühür, etiket ve tarih. Merhem soğ uyana ve kullanmadan önce katılaş ana kadar bekletin.

Kullanmak için gerektiğ inde kesik ve sıyrıklara uygulayın.

Machine Translated by Google

Verim: 11/4 su bardağ ı (300 ml)

Machine Translated by Google

KEKİ K

iradenizi güç lendirir

kekik

Uyumanıza

yardımcı olun Evinizi

arındırın Size cesaret

verin Sevgiyi ç ekin

Kuru kekik tütsü evinizdeki herkesi sağ lıklı kılacak, mekanı arındıracak, sevgi ve huzurla dolduracaktır. Kekik ç ayı banyosu geç miş ten kurtulmanıza yardımcı olacak, sizi huzur ve sevgiyle dolduracak, iradenizi artıracak ve size cesaret verecektir. 2 su bardağ ı kaynar suya 2 yemek kaş ığ ı kuru kekik ekleyin. On dakika demlenmeye bırakın, süzün ve banyo suyuna ekleyin.

Machine Translated by Google

KOFREY EKLEM VE ÇERÇEVE KURTARICI

Comfrey, hasarlı dokunun iyileş mesini kolaylaş tıran yatış tırıcı yetenekleri nedeniyle çok değ erlidir.

İ Çİ NDEKİ LER

2 [redacted] düçü karakafes
[redacted] düçü kekik 1 [redacted]
biberiye 15 damla
arnika özü 5 dam[redacted]vanta uçucu yağ 1 su barda[redacted]235 ml) susam yağ veya [redacted]
tercih edilen diğ er taş ıyıcı yağ 1/4 su bardağ ı (54 g) balmumu

TALİ MATLAR

Bir çift kazanda, yağ ı ve balmumunu ısıtın ve eritin.

Otları yavaş ça karış tırın. Karış ımı birkaç saat kısık ateş te yumuş atın. Çift kazan kullanmak yanmasını engeller, ancak hızla buharlaş acağ ı için su seviyesine dikkat edin.

Isıdan çıkarın. Temiz bir kabın üzerine tülbent veya müslin koyun ve karış ımı içine dökün.

Otları bastırmak ve sıvıyı çıkarmak için bir spatula veya büyük bir kaş ığ ın arkasını kullanın.

Tülbentin kenarlarını birlikte çekin, ardından kalan yağ ları sıkın.

Temiz, sızdırmaz bir kaba dökün.

Mühür, etiket ve tarih. Merhem soğ uyana ve kullanmadan önce katılaş ana kadar bekletin.

Kullanmak için, etkilenen bölgeye gerektiğ i sıklıkta uygulayın.

Machine Translated by Google

Verim: 11/4 su bardağ ı (300 ml)

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

OKALİ PTÜS

Daha kolay nefes almanıza ve korkuyu serbest bırakmanıza yardımcı olur

okaliptüs

Her türlü ş ifa iç in yardım
edin Evinizi koruyun
Finansal baş arınızı artırın

Kuru ç iç ekler, duygusal, ruhsal ve fiziksel rahatsızlıkları iyileş tirmek iç in poppetler (sihirli bebekler) iç in güç lü bir dolgu yapar. Ruhsal titreş imi yükseltmek ve kalan negatif enerjiyi atmak iç in yağ ı evinizin iç ine serpin. Yapraklar yastığ ınızın altında uyursanız tatlı rüyalar uyandırır ve soğ uk algınlığ ını önler.

Machine Translated by Google

GÜZELLİK KURTARMA

Lavender, cilde uygulandığında inanılmaz nemlendirici ve iyileştirici özellikleri ile bilinir. Hibiskus, cildi sıkılaştırırken ve kaldırırken yumuşatmak için faydalıdır.

İÇİNDEKİLER

1 düçü lavanta 1 [redacted]
ebegümeci 1/2 [redacted]
gül yaprak 1/[redacted] bardağı (54 g) shea yağı 1 su bardağı (235 ml) jojoba veya kuş burnu yağı [redacted] su bardağı (54 gr) balmumu

TALİMATLAR

İkili bir kazanda, shea yağı, yağ ve balmumunu ısıtın ve eritin.

Otları yavaşça karıştırın. Karışımı birkaç saat kısık ateşte yumuşatın. Çift kazan kullanmak yanmasını engeller, ancak hızla buharlaşacağı için su seviyesine dikkat edin.

Isıdan çıkarın. Temiz bir kabın üzerine tülbent veya müslin koyun ve karışımı içine dökün.

Otları bastırmak ve sıvıyı çıkarmak için bir spatula veya büyük bir kaşığın arkasını kullanın.

Tülbentin kenarlarını birlikte çekin, ardından kalan yağları sıkın.

Temiz, sızdırmaz bir kaba dökün.

Mühür, etiket ve tarih. Merhem soğuyana ve kullanmadan önce katılaşana kadar bekletin.

Kullanmak için günlük olarak yüze veya dudaklar, göz altı veya boyun gibi endişeli bölgelere uygulayın. Bu, manikür tedavisi olarak veya dirsek ve topuklarda bile kullanılabilir.